



## Arla gør kakaomælk og Mini Meal til hverdagskost

**Matthiessen, Jeppe**

*Published in:*  
Diætisten

*Publication date:*  
2005

*Document Version*  
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link back to DTU Orbit](#)

*Citation (APA):*  
Matthiessen, J. (2005). Arla gør kakaomælk og Mini Meal til hverdagskost. *Diætisten*, 74, 20-23.  
<http://www.dfvf.dk/Default.asp?ID=10412>

---

### General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

## Arla gør kakaomælk og Mini Meal til hverdagskost

Af cand.scient human ernæring Jeppe Matthiessen, DTU Fødevareinstituttet (tidligere Danmarks Fødevareforskning)

### Stik imod Arlas mission om at tilbyde sunde produkter markedsføres kakaomælk og Mini Meal intensivt i skolerne

"Kakaomælk er godt på cornflakes" og "Kakaomælk er en god proteindrik, når man dyrker sport". Mini Meal er populært som mellemmåltid i skoleboderne. Arla markedsfører kakaomælk og Mini Meal intensivt, men ingen af produkterne er hverdagskost set fra et ernæringsmæssigt synspunkt. Kakaomælk er en drik, som har et højt indhold af tilsat sukker og energi. Det samme gælder Mini Meal. For højt et sukkerindtag regnes som et ernæringsmæssigt problem i Danmark, idet otte ud af ti børn og fire ud af ti voksne har et sukkerindtag over det anbefalede (1, 2). På den baggrund er det ikke passende med et højt indtag af kakaomælk, Mini Meal eller andre sukkeholdige mejeriprodukter.

Verdenssundhedsorganisationen WHO har i en ny ekspertrapport fremhævet sukkersødede drikkevarer som en sandsynlig risikofaktor for vægtøgning (3). Den fysiologiske forklaring menes at være, at sukker i opløst form giver en ringe mæthedsfølelse, som der ikke kompenseres fuldt ud for i den efterfølgende kost. Det er muligt at forestille sig, at kakaomælk og de øvrige flydende sukkerholdige mælkeprodukter kan virke på samme måde, og derfor giver det høje og stigende indtag af kakaomælk grund til bekymring. Mini Meal hører til gruppen af energirige fødevarer med et højt sukkerindhold, som kan fremme vægtøgning og dermed overvægt, hvis det indtages hyppigt. Med tanke på det stigende fedmeproblem i Danmark (4) bør kakaomælk og Mini Meal gemmes til festlige lejligheder.

### Sukker i mejeriprodukter

Den ernæringsmæssige basis for sammensætningen af en sund kost begynder at skride, når basisfødevarer som mælk samt frugt og grønt erstattes af nydelsesmidler som henholdsvis kakaomælk og Mini Meal. Samtidig er søde drikke og mellemmåltider som kakaomælk og Mini Meal med til at vænne børn og voksne til, at alt skal smage sødt, for at være acceptabelt. Derfor virker Arlas tips og opskrifter, som bl.a. opfordrer forbrugerne til at anvende kakaomælk i nye sammenhænge f.eks. på cornflakes/havregryn (5) ude af trit med deres mission om at skabe velvære og tilbyde sunde produkter (6). At kakaomælk skulle kunne indgå som en del af en sund kost, fordi den indeholder vigtige næringsstoffer (7), virker malplaceret, når alternativet er mager hvid mælk, der bidrager med de samme næringsstoffer uden at der følger ekstra sukker og energi med. Det er på den baggrund kritisabelt at fremhæve, at kakaomælk tæller med i den anbefalede halve liter mælk dagligt (7).

Arla og Mejeriforeningen opfatter ikke kakaomælk og Mini Meal som et problem i forhold til danskernes stigende sukkerindtag, fordi de sukkerholdige mejeriprodukter blot bidrager med fem procent af gennemsnitsdanskerens samlede sukkerindtag (7, 8). Bag tallene gemmer der sig det forhold, at der er børn og voksne, som drikker meget kakaomælk (upublicerede data fra Kostundersøgelsen 2000-2002) og ofte spiser Mini Meal og derved får en stor del af deres daglige sukkerindtag fra de sukkerholdige mejeriprodukter. Dertil kommer, at de søde

mælkeprodukter er ansvarlige for 30 procent af sukkerindtaget fra basisfødevarerne (2) – produkter, som forbrugerne ikke forventer at skulle være på vagt overfor, fordi de betragtes som en del af en sund kost. Det er med til at skabe forvirring i sundhedsoplysningen, når forbrugerne også skal advares mod basisfødevarer som mejeriprodukter, fordi de indeholder for meget sukker. Det er imidlertid vigtigt at understrege, at søde drikke og slik fortsat er hovedkilderne til danskernes sukkerindtag (2).

Man kan undre sig over, at Mejeriforeningen bryster sig med, at fedtindholdet er reduceret i mejeriprodukter for at folk ikke længere skal være bange for at blive tykke, hvis de spiser mejeriprodukter (7). Samtidig markedsføres en lang række sukkerholdige og energirige mejeriprodukter kraftigt, herunder kakaoskummetmælk og Mini Meal, som kan fremme vægtøgning og dermed overvægt. Jesper Friis Sørensen, der er Business Unit Manager i Arla erkender, at Arlas produktudvikling i løbet af de sidste 5-10 år er gået i retning mod de søde og fedtfattige mejeriprodukter (personlig kommunikation, 2004). I Arlas top er der kritiske røster overfor "de kolleger i fødevarerindustrien, der producerer fødevarer med mest sukker.", da man sagtens kan "opfinde sunde fødevarer" (9). På den baggrund forekommer den vej Arla hidtil har valgt for deres produktudvikling overraskende.

### **Arlas markedsføring**

Arla Foods mission er bl.a. at "skabe tryghed og velvære ved at tilbyde velsmagende og sunde produkter", der "lever op til forbrugernes krav om bløde værdier" (6). Man kan stille spørgsmålstejn ved, om Arla opfylder sin mission med den kraftige markedsføring af kakaomælk og Mini Meal bl.a. med diverse reklameartikler rettet mod skolebørn (10). Arla målretter ikke alene markedsføringen af kakaomælksprodukter mod børn, men også mod voksne i form af de populære Matilde Café produkter (11). Den intensive markedsføring har resulteret i, at forbruget af kakaomælk er steget med ca. 35 procent på to år fra 2001 til 2003 (12). I alt drak danskerne 54 millioner liter kakaomælk i 2003, og forbruget ser ud til fortsat at stige. Kakaomælakens store salgssucces skyldes til dels også et dansk træningsstudie, som viste at mænd i alderen 70-80 år kun fik fuldt udbytte af deres styrketræning (muskelvækst), hvis de indtog et protein/kulhydrat tilskud som lignede kakaomælk efter træning (13). Det har fået Mejeriforeningen til at kalde kakaomælk for muskelmælk og foreslå kakaomælk i stedet for anabolske steroider (14, 15). Mini Meal blev lanceret i 2000 og salget toppede i 2003, hvor Arla solgte 650 tons. Det seneste år er salget af Mini Meal faldet med 20%.

### **Skoleboder og skolemælk**

Arla vedkender, at de "tager et medansvar for børnenes indtag af sukkerholdige mejeriprodukter i skolerne" ved at revidere sortimentet i skoleboderne løbende. Alligevel fralægger Arla sig det endelige ansvar ved at fremføre, at "Det er i sidste ende skolernes ledelse, der er ansvarlige for, hvordan skoleboden skal forvaltes" (16). Arla ville imidlertid lette skoleledelsens arbejde betydeligt, hvis de bidrog til at gøre udvalget i skoleboderne mere lødigt end hvad tilfældet er. For nylig besluttede Arla at tage de to mest energiholdige produkter (ris á l'amande og chokolademousse) ud af skolebodssortimentet, "fordi de indeholder forholdsvis meget sukker og fedt" (16). Det samme burde ske med en række af de øvrige produkter i skolebodssortimentet som eksempelvis kakaomælk og Mini Meal. I den nuværende udgave ligner skolebodssortimentet mere et udvalg af desserter end sunde mellemmåltider til skolebørn (se [Plakat af Arlas skolebodssortiment](#)).

Arlas lancering af en række nye mælkeprodukter med lavere sukkerindhold er et skridt i den rigtige retning, selv om en reduktion på 1,5 g tilsat sukker pr. 100 ml, som tilfældet er med den nye kakaoskummetmælk, forekommer begrænset (17). Hvis den anbefalede halve liter mælk indtages i form af den ny kakaoskummetmælk er det muligt for et barn at få 1/3 af den maksimale daglige mængde sukker alene fra den sukkerreducerede kakaomælk.

Ud fra et ernæringsmæssigt synspunkt er det bekymrende at se den succes, som kakaomælk har i skolerne. I dag drikker hvert syvende barn kakaomælk i stedet for mælk i skolemælksordningen, mens det for fire år siden var hvert tiende barn (18). Hvis den udvikling fortsætter, kan det være svært at retfærdiggøre en ordning som skolemælk. De nyeste tal fra skolemælksordningen 2005 vidner dog om, at kakaomælk går lidt tilbage på bekostning af mager hvid mælk (19), hvilket må siges at være positivt.

Diætisten nr. 74 april 2005. 14. årgang, s. 20-23

## Referencer

1. Mølgaard C, Andersen NL, Barkholt V, Grunnet N, Hermansen K, Nyvad B, Pedersen BK, Raben A, Stender (2003). Sukkers sundhedsmæssige betydning. Søborg: Ernæringsrådet, publikation nr. 33.
2. Fagt S, Matthiessen J, Biloft-Jensen A, Groth MV, Christensen T, Hinsch H-J, Hartkopp H, Trolle E, Lyhne N, Møller A (2004). Udviklingen i danskernes kost 1985-2001 – med fokus på sukker og alkohol samt motivation og barrierer for sund livsstil. Danmarks Fødevare- og Veterinærforskning.
3. Joint WHO/FAO Consultation (2003). Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases, Technical report series no. 916, Geneva.
4. Richelsen B, Astrup A, Hansen GL, Hansen HS, Heitmann B, Holm L, Kjær M, Madsen SA, Michaelsen KF, Olsen SF (2002). Den danske fedmeepidemi. Oplæg til en forebyggelsesindsats. Søborg: Ernæringsrådet, publikation nr. 30.
5. Arla (2004a). Tips og opskrifter med Arla minimælk kakao (december 2004)
6. Arla (2004b). Arla Foods' mission (december 2004)
7. Mejeriforeningen (2003). Ned med mælken.
8. Arla Foods Division Danmark (2004). Sukker debatten raser i Sverige. Mælk & Meninger nr. 3, s. 5.
9. Børsen (2004). Arlas kritik: Sundhedsdebatten er flimrende. Børsen 11 oktober 2004, FødevareSundhed, s. 6-7.
10. Arla (2004c). Matilde. <http://spil.matilde.dk/> (december 2004)

11. Arla (2004d). Matilde Café (december 2004)
12. Arlafoods (2004a). Forbruget af kakaomælk i Danmark stiger voldsomt (december 2004)
13. Esmarck B, Andersen JE, Olsen S, Richter A, Mizuno M and Kjær M (2001). Timing of postexercise protein intake is important for muscle hypertrophy with resistance training in elderly humans. J Physiol, 15; 535: 301-11.
14. Stevnhøj AL (2003). Kakaomælk i stedet for anabolske steroider. Dialog – nyt om ernæring fra Mejeriforeningen. Nr. 2.
15. Mejeriforeningen (2004a). Muskelmælk
16. Arlafoods (2004b). Skoleboder opfordres til at vælge sundt (december 2004)
17. Arlafoods (2004c). Kakao med 30% mindre sukker (december 2004)
18. Mejeriforeningen (2004b). Fakta om kakaomælk i skolerne (december 2004)
19. Mejeriforeningen (2004c). Skolemælken bliver sundere (december 2004)